



さわやかな秋晴れの日々が続いてますが、朝夕はめっきり冷え込んできましたね。寒暖の差が激しいですが、皆さん体調を崩されていませんか？インフルエンザも多くなってきましたのでお気を付け下さい。



さて、当院で行っている治療ですが、下記に当てはまる方は治療内容が変わることがあります。

- ★ 予防接種を受けた時(インフルエンザ・肺炎など)
- ★ 風邪などで発熱している時

※ 予防接種を受けた時や体調が悪いときはお声掛け下さい。

秋(9月~11月)は夏の肌の疲れを癒してあげよう!

涼しくなってくるとつい日焼け対策を面倒になってしまいますね。夏に紫外線を浴びて肌は乾燥し、肌の奥ではメラニンが生成されてしまい、角質が厚くなってしまっていることもあるそうです。メラニン色素は、肌を紫外線から守っているのですが、作られたメラニンはそのままにしておくと、シミの原因となってしまうそうです。また、秋から乾燥しやすい時期になっていくので、夏に受けた肌のダメージをそのままにして肌を乾燥させてしまったらシワになってしまうこともあるそうです。

秋は紫外線対策に加えて、肌を休息させるケア、保湿が大切になるみたいですね。秋の日焼け止めは、肌に刺激がなく保湿効果のあるものがお勧めみたいですよ!



10月31日 ハロウィン



ハロウィンとは、毎年10月31日に行われる、古代ケルト人が起源と考えるお祭りの事だそうです。もともとは秋の収穫を祝い、悪霊などを追い出す宗教的な意味合いのある行事だったみたいですが、現代では特にアメリカ合衆国で民間行事として定着し、祝祭本来の宗教的な意味合いはほとんどなくなっているそうです。カボチャの中身をくりぬいて「ジャック・オー・ランタン」を作って飾ったり、子どもたちが魔女やお化けに仮装して近くの家々を訪れ、お菓子をもらったりする風習などがあるそうです。



なぞなぞあそび

- Q1. アンパン君と食パンさんが道を歩いていました。後ろから声をかけられて振り返ったのはどっち?
- Q2. オレンジは英語、ぶどうは日本語、ではアップルは何語?
- Q3. カメとラクダとサイがデパートで定員さんに話しかけています。さて、何と言ってる?
- Q4. ありのお母さんは素顔か、薄化粧か、それとも厚化粧か?

※ 答えはスタッフに声をかけて下さい♥